

## **Herbstliche Kürbis-Overnight Oats**

### **Zutaten**

- 50 g Weihenstephan Rahmjoghurt 10 %
- 60 g Haferflocken
- 150 ml Weihenstephan Frische Milch 3,5 % Fett
- 1 Prise Salz
- 1 EL Honig
- 120 g Kürbispüree
- ½ Teelöffel gemahlener Zimt
- ⅛ Teelöffel gemahlene Nelken
- ¼ Teelöffel gemahlene Muskatnuss

### **Anleitungen**

Für die Kürbis-Overnight Oats Haferflocken mit Joghurt, Milch, Salz und Honig vermengen.

Das Kürbispüree mit Zimt, Nelken und Muskatnuss verrühren.

Im nächsten Schritt die Haferflocken mit dem Püree in Gläser schichten oder alles vermengen.

Das Glas verschließen und mindestens 4 Stunden im Kühlschrank lagern.